

## IMAGEM CORPORAL POSITIVA EM ADULTOS EMERGENTES: UM ESTUDO EM CONTEXTO UNIVERSITÁRIO

Teresa Medeiros<sup>1,2</sup> (✉ [maria.tp.medeiros@uac.pt](mailto:maria.tp.medeiros@uac.pt)), Ana Cunha<sup>1</sup>, Cláudia Lima<sup>1</sup>,  
Vanessa Ponte<sup>1</sup>, Sheila Furtado<sup>2</sup>, & José Carlos Silva Mendes<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universidade dos Açores / Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Social e Humano da Faculdade de Psicologia da Universidade de Coimbra, Portugal; <sup>2</sup> Fundação Gaspar Frutuoso, Açores; <sup>3</sup> INTELECTO – Psicologia & Investigação, Açores

A adultez emergente é um período de desenvolvimento com características próprias, que ocorre entre os 18 e os 25 anos, acompanhando o período de estudo do ensino superior e que existe na maioria dos países industriais e pós-industriais (Arnett, 2000). Este período, diferenciado da adolescência e da adultez, caracteriza-se pela exploração da identidade, instabilidade, autocentração, vivência de um sentimento “*in-between*” e experimentação de possibilidades (*Ibidem*, 2000).

A imagem corporal é um aspeto muito importante no desenvolvimento psicológico e interpessoal dos adolescentes (Levine & Smolak, 2004; Rodrigues, Teves, & Medeiros, 2015) e continua a ser fundamental na adultez emergente. A noção de imagem corporal é considerada multi-dimensional, na medida em que abrange as perceções, as crenças, os pensamentos, os sentimentos e os comportamentos relativos ao *physical self* (MacKenzie, 2012). Nas últimas décadas, o conceito de corpo bonito tem sofrido transformações, existindo uma associação do corpo ao poder e beleza, levando cada vez mais os indivíduos a sentirem-se insatisfeitos com a sua aparência (Alves, Pinto, Alves, Mota & Leirós, 2009; Bosi, Luiz, Morgado, Costa, & Carvalho, 2006).

O desenvolvimento da imagem corporal está intimamente ligado à identidade de um grupo social, onde estudantes compartilham vários aspetos da representação social de corpo (Secchi, Camargo, & Bertoldo, 2009). Estudos mencionam que a maioria dos indivíduos que frequentam

o ensino superior sente-se insatisfeita com o seu próprio corpo (Laus et al., 2006; Martins et al., 2012; Souza & Alvarenga, 2016), podendo o ingresso no ensino superior ter um impacto na imagem corporal do indivíduo e a vida universitária ser uma forte influência no desenvolvimento da imagem corporal (Behmani & Kumar, 2016).

Pretende-se com este estudo contribuir para uma melhor compreensão da imagem corporal positiva nos adultos emergentes, enquanto estudantes do ensino superior, através dos objetivos seguintes: (i) conhecer a imagem corporal em adultos emergentes portugueses; (ii) verificar as variáveis predictoras da imagem corporal positiva; e (iii) contribuir para uma melhor compreensão da imagem corporal positiva.

## MÉTODO

Na análise dos dados recorreu-se à metodologia quantitativa. Participaram neste estudo 240 estudantes de várias instituições portuguesas do ensino superior, com uma idade média de 20.26 anos ( $DP=1.61$ ), sendo 77.5% do sexo feminino e 22.5% do sexo masculino, e estando 47.5% deslocados da sua residência. Os estudantes universitários encontravam-se distribuídos pelos vários anos de formação do 1.º Ciclo (1.º ano – 27.1%; 2.º ano – 38.3%; 3.º ano – 25.4% e 4.º ano – 9.2%).

### *Material*

Para a realização deste estudo utilizou-se um Questionário Sociodemográfico, a versão portuguesa da *Body Appreciation Scale (BAS)* (Santos, 2011) e a versão portuguesa da *Body Shape Questionnaire (BSQ)* (Filipa, Leal, Maroco, & Rosa, 2012).

A BAS é uma escala unidimensional que avalia a imagem corporal positiva, criada por Avalos, Tylka e Wood-Barcalow (2005), e composta por 13 itens de autorresposta, numa escala tipo *Likert*, com 5 opções de resposta. A adaptação da escala para a população portuguesa foi efetuada por Santos (2011), com 7 itens, e apresentou uma análise fatorial apropriada e uma boa consistência interna numa amostra do sexo feminino

(KMO=0.93;  $\alpha$ =0.95) e numa amostra do sexo masculino (KMO=0.91;  $\alpha$ =0.93).

A BSQ foi construída por Cooper, Taylor, Cooper e Fairbum (1987) com o intuito de avaliar as preocupações com a forma corporal. É uma escala unidimensional composta por 34 itens de autorresposta de tipo *Likert*, com 6 pontos, desde 1 (nunca) a 6 (sempre). A adaptação à população portuguesa foi realizada por Pimenta, Leal, Maroco e Rosa (2012), apresentando uma consistência interna  $\alpha$ =0.97. Em 2016, uma avaliação psicométrica da BSQ numa amostra de estudantes universitárias, apresentou uma refinação da escala em 32 itens com uma consistência interna de  $\alpha$ =0.97 (Silva, Costa, Pimenta, Maroco, & Campos, 2016).

### *Procedimentos*

O estudo foi organizado e disponibilizado através de uma plataforma *online* (*Google Docs*). A primeira página apresentava um termo de consentimento livre e esclarecido, mantendo o anonimato e confidencialidade dos participantes. Obteve-se um total de 247 participantes, tendo sido eliminados sete por apresentarem uma idade superior a 25 anos.

Seguindo o estudo de Silva e Caramaschi (2007), seguimos a classificação total da BSQ (i.e., sem distorção, distorção leve, distorção moderada, distorção intensa). Através do *software* SPSS (versão 24 para macOS), analisou-se o KMO no intuito de testar a homogeneidade das variáveis e o alfa ( $\alpha$ ) de *Cronbach* para avaliar a fiabilidade dos instrumentos. Recorreu-se ao coeficiente de correlação de Pearson ( $r$ ), ao teste *t-Student* e ao teste ANOVA *two-way*. Com a intenção de analisar quais são as variáveis preditoras da imagem corporal positiva e preocupações com a forma corporal, utilizou-se a regressão linear múltipla, de forma a obter um modelo parcimonioso dos resultados.

## RESULTADOS

Determinou-se a homogeneidade e fiabilidade das escalas, sendo os valores de BSQ [KMO=0.96 ( $\chi^2(496)=5720.54$ );  $\alpha$ =0.97] e de BAS [0.93

( $\chi^2(78)=2084.33$ ;  $\alpha=0.94$ ). Ao verificar a intensidade da associação da dimensão unidimensional da BSQ e dimensão unidimensional da BAS, os resultados apresentaram fortes níveis de intensidade e associação negativa entre as dimensões de ambas as escalas ( $r=-0.74$ ;  $p<0.001$ ). Verificam-se diferenças estatisticamente significativas entre a variável sexo e a dimensão que avalia as preocupações com a forma corporal (Quadro 1).

Quadro 1

*Diferenças em Relação às Variáveis Imagem Corporal Positiva e Preocupação com a Forma Corporal, Entre Participantes do Sexo Feminino e Masculino*

		N	BAS				BSQ			
			M	DP	t	p	M	DP	t	p
Sexo	Feminino	186	25.46	6.15	-0.94	0.35	81.95	34.50	2.68	**
	Masculino	54	26.31	5.11			68.19	27.84		
Deslocado	Sim	114	25.48	5.47	-0.42	0.67	80.19	31.35	0.59	0.55
	Não	126	25.80	6.34			77.64	35.45		

Nota. \*\* $p<0.01$ .

O sexo feminino apresenta maiores níveis de preocupação com a forma corporal do que o sexo masculino (Quadro 2).

Quadro 2

*Níveis de Preocupação com a Forma Corporal entre Sexo Feminino e Sexo Masculino*

	Feminino	Masculino	Total
Sem Preocupação com a Forma Corporal	80	30	110
Leve Preocupação com a Forma Corporal	34	11	45
Moderada Preocupação com a Forma Corporal	31	9	40
Forte Preocupação com a Forma Corporal	41	4	45
Total	186	54	240

A regressão linear múltipla permitiu identificar o Sexo [ $b=-0.17$ ;  $t(235)=-2.62$ ;  $p<0.05$ ] como preditor significativo da Preocupação com a Forma Corporal. Verificou-se que 76.2% dos participantes apresentam uma percepção positiva da sua imagem corporal (Min.=7 e Max.=35;

$M=25,65$ ;  $DP=0,40$ ) e 73.3% dos participantes apresentam baixos níveis de preocupação com a forma corporal (Min.=32 e Max.=240;  $M=78,85$ ;  $DP=2,25$ ).

## DISCUSSÃO

A presente investigação contribuiu para reforçar que ambos os instrumentos apresentam homogeneidade e fiabilidade considerados bons para a investigação sobre as preocupações com a forma corporal e avaliação da imagem corporal positiva em adultos emergentes.

A maioria dos participantes tem uma imagem corporal positiva e baixos níveis de preocupação com a forma corporal, contrariando estudos que evidenciaram insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários (Laus et al., 2006; Martins et al., 2012; Souza & Alvarenga, 2016). Os dados apresentados vão ao encontro de outros estudos que evidenciaram diferenças estatisticamente significativas entre os sexos quanto à satisfação e insatisfação com a imagem corporal (Al-otaibi, Nassef, & Raouf, 2013; Behmani & Kumar, 2016; El Ansari, Dibba, Labeeb, & Stock, 2014; El Ansari, Dibba, & Stock, 2014; Laus et al., 2006; Martins et al., 2012; Martins, Carraça, Teixeira, Silva, & Petroski, 2014; Wong & Say, 2013). Contudo, os resultados devem ser interpretados com precaução, devido às constantes transformações económicas e sociais que modificam a sociedade, favorecendo condições para a vivência de uma transição para a vida adulta cada vez menos linear (Brandão, Saraiva, & Matos, 2012).

O sexo feminino apresenta maiores níveis de preocupação com a forma corporal e uma avaliação menos positiva da imagem corporal. Estes dados podem estar relacionados com o facto do corpo feminino ser representado como algo que deve ser dotado de beleza, magreza, poder, *status*, atração e aparência saudável (Secchi et al., 2009). Estudos indicam que as mulheres jovens são mais vulneráveis às pressões dos padrões socioculturais, económicos e estéticos, têm a tendência a distúrbios alimentares (Bosi et al., 2006) e apresentam maiores níveis de preocupação com a imagem e manutenção da beleza corporal (Alves, Pinto, Alves, Mota, & Leirós, 2009).

A variável sexo apresenta-se como preditora das preocupações com a forma corporal, podendo estes resultados estarem relacionados com o

facto dos níveis de satisfação com a imagem corporal estarem intimamente relacionados com a maior ou menor correspondência aos ideais de beleza, inculcados culturalmente (Alves et al., 2009). Segundo Lopes, Mendes e Reis (2017), a sociedade modela o corpo através das relações sociais e culturais, em que a imagem corporal se considera parte integrante do autoconceito psicossocial.

Sendo o início da adultez cada vez menos previsível, o impacto das relações interpessoais e aceitação influenciam a percepção mais ou menos positiva da imagem corporal (Tiggemann, 2015).

Conclui-se que a maioria dos participantes do estudo apresenta uma imagem corporal positiva e baixos níveis de preocupação com a forma corporal. Salienta-se ainda que, além do fim da adolescência e o início da adultez ser idiossincrático, também a construção da imagem corporal positiva se deve tanto a fatores intrínsecos como fatores extrínsecos, complexificando a avaliação integral de todas as variáveis que influenciam a autoconsciência da aparência.

Segundo uma revisão da literatura, a cultura no qual o adulto emergente se insere pode contribuir para a formação do conceito de imagem corporal positiva como a apreciação que o indivíduo faz do seu corpo (Homan & Tylka, 2015). No entanto, o indivíduo no seu quotidiano confronta-se com o dilema entre a imagem real (*o que eu sou*) e a imagem ideal (*o que gostaria de ser*) (Partridge, 2003).

Revela-se pertinente que na realização de futuros estudos sobre a imagem corporal se leve em consideração a avaliação da autoconsciência que o indivíduo faz da sua aparência ou outras variáveis, tais como a qualidade de vida, autoestima, Índice de Massa Corporal, otimismo (e.g., Silva, Dias, Maroco, & Campos, 2015; Smith, Wang, Plotkin, & Park, 2013; Souza & Alvarenga, 2016; Tiggemann, 2015; Wong & Say, 2013), ou variáveis de personalidade (Mendes, Figueiras, & Moss, 2016).

## REFERÊNCIAS

- Al-otaibi, H. H., Nassef, S. L., & Raouf, T. A. (2013). Body shape dissatisfaction, weight status and physical activity among a sample university students in Saudi Arabia. *Scientific Research*, 2013(June), 616-625. doi: 10.4236/fns.2013.46079

- Alves, D., Pinto, M., Alves, S., Mota, A., & Leirós, V. (2009). Cultura e imagem corporal. *Motricidade Fundação Técnica e Científica do Desporto*, 5(1), 1-20. doi:10.6063/motricidade.5(1).184
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480. doi: 10.1037/0003-066X.55.5.469
- Avalos, L., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2(3), 285-297. doi: 10.1016/j.bodyim.2005.06.002
- Behmani, R. K., & Kumar, S. (2016). Gender and locality differences in body image among college students. *Indian Journal of Community Psychology*, 12(1), 130-138. Retrieved from <http://opac.tiss.edu/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=343788>
- Bosi, M. L. M., Luiz, R. R., Morgado, C. M. da C., Costa, M. L. dos S., & Carvalho, R. J. de. (2006). Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: Um estudo no município do Rio de Janeiro. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 55(2), 108-113. doi:10.1590/S0047-20852006000200003
- Brandão, T., Saraiva, L., & Matos, P. M. (2012). O prolongamento da transição para a idade adulta e o conceito de adultez emergente: Especificidades do contexto português e brasileiro. *Análise Psicológica*, 30(3), 301-313. doi: 10.14417/ap.568
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494. doi:10.1002/1098-108X(198707)6:4<485:AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O
- El Ansari, W., Dibba, E., Labeeb, S., & Stock, C. (2014). Body image concern and its correlates among male and female undergraduate students at Assuit University in Egypt. *Global Journal of Health Science*, 6(5), 105-117. doi: 10.5539/gjhs.v6n5p105
- El Ansari, W., Dibba, E., & Stock, C. (2014). Body image concerns: Levels, correlates and gender differences among students in the United Kingdom. *Central European Journal of Public Health*, 22(2), 106-117. doi: 10.21101/cejph.a3944
- Filipa, B. P., Leal, I., Maroco, J., & Rosa, B. (2012). Validação do Body Shape Questionnaire (BSQ) numa amostra de mulheres de meia-idade. In J. L. P. Ribeiro, I. Leal, A. Pereira, P. Vagos, & I. Direito (Eds.), *Atas do 9 Congresso Nacional de Psicologia da Saúde* (pp. 1139-1144). Lisboa: Placebo Editores.

- Homan, K. J., & Tylka, T. L. (2015). Self-compassion moderates body comparison and appearance self-worth's inverse relationships with body appreciation. *Body Image*, 15, 1-7. doi: 10.1016/j.bodyim.2015.04.007
- Laus, M. F., Costa, T. M. B., Almeida, S. S., Bosi, M. L. M., Luiz, R. R., Morgado, C. M. da C., ... de Moraes, M. S. (2006). Apreciação corporal e modificação da aparência física em estudantes adolescentes de baixo poder aquisitivo. *Psicologia Escolar e Educacional*, 16(2), 275-282. doi: 10.1590/S1413-85572012000200010
- Levine, M., & Smolak, L. (2004). Body image development in adolescence. In T. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory research and clinical practice* (pp. 74-90). New York: The Guilford Press.
- Lopes, M., Mendes, R., & Reis, S. (2017). Ser Mulher: Uma análise da imagem corporal entre adolescentes. *Revista Espacios*, 38, 1-9. Retrieved from <http://www.revistaespacios.com/a17v38n29/a17v38n29p03.pdf>
- MacKenzie, K. (2012). *An examination of coping strategies and mindfulness as predictors of appearance satisfaction and body image*. American University. Retrieved from <https://search.proquest.com/openview/f4587f819612a62d39b1138d3ef381cb/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Martins, C. R., Carraça, E., Teixeira, P. J., Silva, A. M., & Petroski, E. L. P. (2014). Prevalence of body shape concerns and associated factors among brazilian early adolescents. *Human Movement*, 15(1), 12-20. doi: 10.2478/humo-2013-0047
- Martins, C. R., Gordia, A. P., Silva, D. A. S., Quadros, T. M. B. de, Ferrari, E. P., Teixeira, D. M., & Petroski, E. L. (2012). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 17(2), 241-246. doi:10.1590/S1413-294X2012000200007
- Mendes, J. C. da S., Figueiras, M. J., & Moss, T. (2016). Influence of personality traits in self-evaluative salience, motivational salience and self-consciousness of appearance. *Psychology, Community & Health*, 5(2), 187-197. doi: 10.5964/pch.v5i2.168
- Partridge, J. (2003). *Changing faces: The challenge of facial disfigurement*. Changing Faces.
- Rodrigues, D., Teves, C., & Medeiros, T. (2015). Autoimagem e satisfação corporal na adolescência. In T. Medeiros (Coord.), *Adolescência: Desafios e riscos* (2ª ed., Cap. 8, pp. 183-208). Ponta Delgada: Letras Lavadas.
- Santos, C. F. G. (2011). *Validação transcultural das escalas ZKPQ-50-CC (personalidade), BAS (imagem corporal) e AS (ambivalência na decisão de ter relações sexuais) para adolescentes*. Instituto Superior Miguel Torga.



Retrieved from [http://repositorio.ismt.pt/bitstream/123456789/125/1/Tese Mestrado.pdf](http://repositorio.ismt.pt/bitstream/123456789/125/1/Tese%20Mestrado.pdf)

- Secchi, K., Camargo, B. V., & Bertoldo, R. B. (2009). Percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 25(2), 229-236. doi: 10.1590/S0102-37722009000200011
- Silva, G., & Caramaschi, S. (2007). Insatisfação com a imagem corporal em mulheres com depressão. In *I Encontro Científico e I Simpósio de Educação Unisalesiano*. São Paulo. Retrieved from <http://www.unisalesiano.edu.br/encontro2007/trabalho/aceitos/CC12021519813.pdf>
- Silva, W. R., Costa, D., Pimenta, F., Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2016). Psychometric evaluation of a unified Portuguese-language version of the Body Shape Questionnaire in female university students. *Cadernos de Saúde Pública*, 32(7), 1-12. doi: 10.1590/0102-311X00133715
- Silva, W. R., Dias, J. C. R., Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2015). Fatores que contribuem para preocupação com a imagem corporal de estudantes universitárias. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 18(4), 785-797. doi: 10.1590/1980-5497201500040009
- Smith, K. B., Wang, D. L., Plotkin, S. R., & Park, E. R. (2013). Appearance concerns among women with neuro fi bromatosis: Examining sexual / bodily and social self-consciousness, 2719(July), 2711-2719.
- Souza, A. C. de, & Alvarenga, M. dos S. (2016). Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(3), 286-299. doi:10.1590/0047-2085000000134
- Tiggemann, M. (2015). Considerations of positive body image across various social identities and special populations. *Body Image*, 14, 168-176. doi: 10.1016/j.bodyim.2015.03.002
- Wong, L., & Say, Y. (2013). Gender differences in body image perception among Northern Malaysian tertiary students. *British Journal of Medicine & Medical Research*, 3(3), 727-747.